

૬૮૭૬

સુવાવડ.

$\frac{14}{98} 34$

૬૮૭૬

કર્તા

વૈદ્ય શાસ્ત્રી મણિશંકર ગાવિંદજી

જામનગર-કાઠિયાવાડ.

અસંખ્ય આવૃત્તિ. અનંત નકલો.

મુદ્રક :

મીસ્ત્રી પ્રાંચીંગ વર્કસ, કાલ્યાણેવી.

સન ૧૮૯૮.

અતિ ઉપયોગી પુસ્તક.

કા મ શા સ્વ.

નકલ ૯૭,૦૦૦

ગુજરાતી, અગાડી, અને મરાઠી ભાષામાં તૈયાર છે. હિંદી ભાષામાં છપાય છે. એક પોસ્ટ કાર્ડ પર નામ હામ વિગેરે પુરેપુરું સરનામું લખી મોકલનારને તરતજ મોકલવામાં આવે છે. કિંમત કે ટપાલ ખર્ચ ગ્રાંથપત્ર લેવામાં આવતું નથી.

વૈદ્ય શાસ્ત્રી મણીશંકર ગોવિંદજી.



જામનગર-કાઠીઆવાડ.

હંમેશની મસ્તાવના.

પોતાની કૃતિ લોકોને પસંદ આવી એવું જાણમાં આવવાથી મનમાં જે આનંદ ઉત્પન્ન થાય તેનો અનુભવ કરી, અમોએ મોટા ઉત્સાહથી સ્તીરીઓ કરાવી અસંખ્ય આવૃત્તિની અનંત નકલો પ્રગટ કરવાનો હરાવ કાઢ્યો છે. આગળ પ્રમાણે આ નકલો પણ અમારા દેશમાંથી ગૃહીત વાંચવા આપવાનો અમારો સંકલ્પ હોવાથી, તેના ફલાવ સારું લોકો પણ પોતાના કાયદાનો ફલાવ વધારે કરી લેશે એવી આશા છે.

હર્ષી.

૬૮૭૬ સુવાવડ.

—૦૦૦૦—

સ્ત્રીને રજ બારમે વર્ષે પ્રગટ થાયછે અને પચ્ચાશમે વર્ષે તેનો ક્ષય થાયછે. પુરુષને સોળ વર્ષ પછી વીર્ય પાડેછે અને શરીરના બાંધાના પ્રમાણમાં પચ્ચાસ, સાડ કે તેથી પણ વધારે વર્ષે તેનો ક્ષય થાયછે. પુરુષ તથા સ્ત્રી એ બન્નેનું અથવા એકનું પણ વીર્ય તથા રજ બગડેલું હોય, તો સંતાનની ઉત્પત્તિ થતી નથી. ગાંડા ગાંડા જેવું, દુર્ગંધી પર જેવું, ક્ષીણ અને મૂત્ર તથા ઝાડા જેવા ગંધવાળું પુરુષનું વીર્ય અશુદ્ધ સમજવું. તેમજ સ્ત્રીનું રજ બગડેલું હોય, ત્યારે પુરુષના વીર્યની પેડેજ તે તે દોષના વર્ણ તથા ગંધવાળું થાયછે. સ્ફટિક જેવા વર્ણવાળું, ચીકણું અને મીઠા તથા મધ જેવા ગંધવાળું પુરુષનું વીર્ય, અને સસઝાનાં લોહી જેવું તથા

૧. પુરુષનું બગડેલું વીર્ય તથા સ્ત્રીનું બગડેલું રજ સુધારવાને આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ એ એકજ દલાજ છે.

લાખના રસ જેવું સ્ત્રીનું રંગ ઉત્તમ સમજવું. પુરુષનું વીર્ય તથા સ્ત્રીનું રંગ અન્યંત કામસુખ ભોગવવાથી વધારે પડ્યા માંડ ત્યારે તે રોગ કહેવાયછે.

રંગેદર્શન પર્યંત તથા તે પછી ચાર દિવસ સુધી સ્ત્રીએ અત્યયરૂપે વ્રત પાળવું અને પહેલી ચાર રાત્રી સુધી દિવસની નિદ્રા, આંખમાં અંધરન, અધ્રુપાત, સ્નાન, નૈવેદ્યમંદન, નાખચેદન, દોડવું, દસવું, બહુ ખોજવું, બહુ સાંભળવું, જમીનનું ખોતરવું, પવનનું સંપત અને મહેનત એ સઘળાં વાનાંતો ત્યાગ કરવો. કારણ કે તે દિવસમાં દિવસ સુવાથી સ્ત્રીને જે ગર્ભ રહેછે તે જન્મ પછી અતિ નિદ્રાવાળો થાય છે; આંજણ આંજવાથી અધ, રોવાથી વિદારયુક્ત દષ્ટિવાળો, સ્નાન કરવાથી દુખીઆ સ્વભાવવાળો, નૈવેદ્ય આપવાથી ક્રોધીઆ, નાખ ચેદનથી ખરાય નાખવાળો, તથા દોડવાથી વચગ પ્રવૃત્તિવાળો થાયછે. દસવાથી જન્મેણાં આગકના દોહ, દાંત, તાળવું, તથા હાથ કાળાં થાયછે. અતિ ખોજવાથી પ્રજાપી, અન્યંત ૨. આંતકનિશ્ચય જાણીએ શિયાળો, ઉનાળો તેમજ ચોમાસું એ ત્રણે ઋતુમાં એક સરખો ગુણ આપેછે.

શબ્દો સાંભળવાથી મેહેર, જમીન ખોતરવાથી આ-
ગસુ, પવનના અતિ સેવનથી ઘેરું અને અતિ મેહે-
નતથી હીન અંગવાળું બાળક જન્મેછે.

રજે દર્શન પછી ત્રણ રાત્રિસઘી સ્ત્રીએ પતિના
સંયોગથી દૂર રહેવું જોઈએ. ચોથે દિવસે સ્નાનથી
શુદ્ધ થઈ, દારાં વસ્ત્ર પહેરી અને અલંકારો ધારણ
કરી, તેણે પતિનું દર્શન કરવું. દારણ કે ઋતુસ્નાન
પછી સ્ત્રી, જેવા પુરૂષનું મુખ જુએછે તેવી આકૃતિ
અને સ્વભાવવાળું બાળક કિંમત થાયછે.

પુટ અને પ્રસવ મુખવાળી અને દાંતની જગા-
ઓમાં કામામિથી કિંમત થએલાં જળથી ભીંજાયેલી,
પુરૂષની દૃષ્ટિવાળી, શૃંગાર રસની વાતોપર પ્રીતિ
રાખનારી, આંખ અને ઉદરમાં થયેલી શિથિલતાથી
શુશોભિત, લાચ, સ્તન, પ્રસવસ્થાન, નાભી, સાથળ,
જઘન અને પીડીમાં લગ્નદારાવાળી તથા રોમલપંથી
કામકીડમાં કિસાલવાળી સ્ત્રી ઋતુવાળી સમજવી.
વળી જુનું રજ ગયા પછી અને તવું રજ આવ્યા
પછી, સ્નાનથી શુદ્ધ થયેલી અને રોગરહિત પ્રસવ-
3. આંતરનિઘ્ર ગોળીઓ તદ્દત વનસ્પતિમાંજ અના-
વવામાં આવેછે.

સ્થાન, રૂધિર તથા ગર્ભાશયવાળી સ્ત્રી ઋતુવાળી કહેવાયછે.

ઉપર પ્રમાણે રજ્જેદર્શન પર્યંત બ્રહ્મચર્ય વ્રત પાળનાર તથા નહીં બગડેલ વીર્યવાળા પુરૂષે, સાચાં કાળે દૂધ તથા ધી સહિત અન્નનો આહાર કરી, રાત્રિ સમયે પોતાની ઋતુસ્નાતા નારી પાસે જવું. જઈ પ્રેમપૂર્વક વાક્યો તથા ઇચ્છિત પદાર્થોવડે પોતાની સ્ત્રીને ખુશ કરી, પુત્ર પ્રાપ્તિની ઇચ્છા હોય તો રજ્જે દર્શન પછીથી ચોથી, છઠી, દશમી, અને બારમી રાત્રિમાં સંગ કરવો, અને પુત્રીની ઇચ્છા હોય તો એકાદમી અગીયાર રાત્રિ સુધી સંગ કરવો. એ સિવાય બીજી રાત્રિઓ સ્ત્રી ગમન માટે વર્જિત છે. ઋતુસ્નાતા સ્ત્રી સાથે શુદ્ધ વીર્યવાળો પુરૂષ મળે ત્યારે તેના અંગોઅંગમાં રહેલો જીવધાતુ હર્ષની પ્રેરણાથી ઇન્દ્રિયદ્વારા બહાર નીકળી સ્ત્રીના રજ સાથે મળેછે. તે પછી તે અગ્નિસોમશુશુપ્રધાન રજ અને વીર્યના સંયોગથી ઊત્પન્ન થએલો ગર્ભ ગર્ભાશયને પ્રાપ્ત થાય છે.

૪. આતંકનિબ્ધ ગોળીઓ શરીરમાં શક્તિ આપી લોહી સાફ કરેછે.

દિવસે સ્ત્રી ગમન કરવાથી અસ્પર્શીય તથા અસ્પૃશ્યાયુપવાળાં બાળકો જન્મેછે. ઉપર બતાવેલી રાત્રીઓમાં પૂર્વપૂર્વ કરતાં ઉત્તર ઉત્તર રાત્રીમાં ગમન કરવાથી ગર્ભ અધિક આયુષ્ય, આરોગ્ય, ઐશ્વર્ય, સૌભાગ્ય અને બળવાળો થાય છે. ઋતુદર્શનના પ્રથમ દિવસે સ્ત્રીનો સંગ કરવાથી પુરુષના આયુષ્યનો ક્ષય થાયછે, અને દૈવયોગથી તે દિવસે રહેલો ગર્ભ પ્રસવ સમયજ મરણ પામે છે, અને બીજે દિવસે સંગ કરવાથી ઉત્પન્ન થયેલું બાળક સુવાવડમાંજ મરણ પામે છે, અને ત્રીજે દિવસે સંગ કરવાથી ઉત્પન્ન થયેલું બાળક અપૂર્ણ અંગ તથા અસ્પૃશ્યાયુપવાળું થાય છે. પ્રસવ સ્થાનમાંથી રૂધિર વહેતાં છતાં તેમાં નાખેલું વીર્ય ગર્ભાશયમાં ટકી શકતું નથીજ, અને કદાચ ટકે તો તેનું પરિણામ ઉપર પ્રભાવે આવે છે. ગર્ભાશયમાં પ્રવેશ કરતી વખતે પુરુષનું વીર્ય અધિક હોય તો ગર્ભ પુરુષનો આકાર ધારણ કરે છે, અને સ્ત્રીનું રંગ અધિક હોય તો ગર્ભ સ્ત્રીરૂપ થાય છે, એમ પણ કેટલાક શાસ્ત્રકારો પોતાનો મત જાહેર કરેછે. શુક તથા

૫. આતંકનિગ્રહ ખાલી પડી ગયેલાં બેગ્ગને શક્તિ આપી સ્મરણ શક્તિ વધારેછે.

રજ એ બન્ને સમાન હોય તો ગર્ભ નપુંસક થાયછે. અમિતા સયોગથી ધીના પિંડની માફક પુરુષના સયોગથી સ્ત્રીનું રજ દ્રવરૂપ થઇ પ્રસરે છે. તે રજના પ્રત્યાધાતથી પુરુષના વીર્યના એ વિભાગ થઇ જાય તો જોડા કૃત્ત્વ થાયછે. પણ આવો બનાવ કવચિતજ બને છે.

જેવા આધાર, આચાર અને ચેષ્ટાથી સ્ત્રી પુરુષની રતિ થાય અને તેથી જે ગર્ભ કૃત્ત્વ થાય, તે પણ જન્મ પછી કાચક ઉમરે તેવાજ આધારાદિકને પસંદ કરનારો થાય છે. કામના વિકારવાળી એ સ્ત્રીઓ પરસ્પર પ્રસવસ્થાનના ધર્માણથી રજનું આસેચન કરે તો તેથી અસ્થિ વિનાનો ગર્ભ કૃત્ત્વ થાય છે. ઋતુ-સ્નાના નારીને સ્વપ્નામાં મૈથુનનો અનુભવ થાય તો વાયુના સયોગથી તેનું રજ ગર્ભાશયમાં ટકીને ગર્ભરૂપ થાયછે. તે માસે માસે વૃદ્ધિ પામેછે. છેવટ પિતાના ગુણ (અસ્થ્યાદિક)થી રહિત તે ગર્ભ પ્રસવસ્થાન-દ્વારા બદાર નિકળેછે.

૬. આતકનિગ્રહ ગોળીઓ પેસાળ માર્ગના દરેક દરદને માટે સહીસન્નામત દવાજ છે.

પુરુષના ગમનથી ગર્ભ ધારણ કરનારી સ્ત્રીના શરીરમાં તેજ વખત શ્રમ, ગ્લાનિ, તૃષ્ણા, પીડામાં પીડા તથા પ્રસવસ્થાનનું ફરકવું વિગેરે ચિન્હો થાય છે; તેમજ ગર્ભ રહ્યા પછી મહિને પંદર દિવસે સ્તનના મુખ કાળાં થાય છે, રૂવાડાં ઉભાં થાય છે, તથા આંખની પાંપણો બઝાઈ જાય છે. વળી ઉલટી, સારા સુગંધી પદાર્થોમાં ગંધ આવવી, મોઢામાં પાણીનું આવવું અને શરીરમાં કળતર, ઇત્યાદિ ચિન્હો પણ થાય છે. ગર્ભ રહ્યા પછી એક માસે સ્ત્રી અને પુરુષના રજ તથા વીર્યનું સંદર્શો મળવું થાય છે. પહેલાં સત્વરૂપ સાધનવાળો ચેતના ધાતુ ગુણ ગ્રહણ કરવા માટે પ્રવૃત્તિ કરવા માંડે છે. સર્વ ગુણ સંપન્ન એ ચેતના ધાતુ, ગર્ભપાણુ પામી, પહેલે મહિને સર્વ ધાતુ તથા શુક્ર શોણિતના મળવાથી ડોળા રૂપને પામી ત્રાસ ઉત્પન્ન થાય એવો બને છે. બીજે માસે શીત, ગ્રાહ અને પવનથી મળેલાં પાંચમહાભૂતોનો સંઘાત ઘાટો થાય છે. ત્રીજે માસે એ હાથ, એ પગ અને એક માથું એ રીતે પાંચ અવયવોની પિંડ જેવી આકૃતિ

૭ બગડી ગયેલી પાચન શક્તિને આતંકનિગ્રહ ગોળી-
ઓ સારી રીતે સુધારે છે.

થાય છે, અને બીજા અગ પ્રત્યગનો વિભાગ સૂક્ષ્મ આકૃતિવાળો થાય છે. એથે માસે ગર્ભનો વિભાગ સ્પષ્ટ જણાય છે અને જીવ તથા તેને રહેવાનું સ્થાનક હૃદય પણ પ્રગટ થાય છે. આ માસમાં ગર્ભ સ્થિર થાય છે, તેથી ગર્ભિણી સ્ત્રીનું શરીર અત્યંત ભારે પડી જાય છે. અને એ માસમાંજ ગર્ભને અભિ-લાંખા ક્રિયન થાય છે તેથી તે ફરકવા માંડે છે, અને એ માસમાંજ ગર્ભનું હૃદય માતાના હૃદય સાથે સંઘ-ધ ધરાવે છે, તેથી માતાના હૃદયમાં રહેલા રસને વહન કરનાર નાડીથી તે ગર્ભનું પોષણ થાય છે. આ કાર-ણને લઈને ગર્ભિણીને ઇચ્છિત પદાર્થો આપવા, પણ ઇચ્છાનો ભંગ કરવો નહી. તેની ઇચ્છાનો ભંગ થવાથી ગર્ભ નાશ પામે છે અથવા વિકૃત થાય-છે. ગર્ભિણી જે જે વસ્તુઓની ઇચ્છા કરે તે તે તેને લાવી આપી, સારી રીતે તૃપ્ત કરવામાં આવે તો તેથી જે આગક જન્મે છે તે વીર્યવાન અને મોટાં આયુષ્યવાળું થાય છે. વળી કેટલાએક વૈદ્યશાસ્ત્રીઓ

૮ ધાતુક્ષયથી થએલી નબળાઈનો નાશ કરવામાં આતંકનિઘ્રક ગોળીઓ જેવો બીજો કોઈ ઇલા-જ નથી.

એમ સિદ્ધ કરી ગયા છે કે ગર્ભિણી સ્ત્રી જે જે પદાર્થોની ઇચ્છા કરે તે તે પદાર્થોથી તેને તૃપ્ત કરવામાં આવે તો જન્મેણું બાળક તે તે પદાર્થોના ગુણવાળું થાયછે. મોઢાંમાં પાણી આવવું, અન્ન ઉપર અરુચિ, ખાટા પદાર્થોની ઇચ્છા, સારા નરસા બન્ટે પદાર્થોની આકાંક્ષા, શરીરનું બારેપાણું, નેત્રોની શિથિલતા, સ્તનમાં ધાવણુની ઉત્પત્તિ, હોડ અને સ્તનના મુખપર કાળાશ તથા પગપર સોજો એ સઘળાં ચિન્હો, ઘણું કરીને એજ એટલે ચોથા માસમાં, ગર્ભને હૃદય ઉત્પન્ન થતી વખત થાયછે. અને એજ કાળ સ્ત્રીને ઇચ્છિત પદાર્થોથી તૃપ્ત કરવાનો છે. ફક્ત ગર્ભનો ઉપધાત કરનારી, જેવી કે અતિ ગુરુ, અતિ ઉષ્ણ, અતિ તીક્ષ્ણ તથા નિશાવાળી ચીજ આપવી નહીં જોઈએ. બચકર પદાર્થોનું દર્શન તથા વાહનપર બેસવું એ પણ ગર્ભનો નાશ કરેછે. પાંચમે મહીને બાળકને મનમાં સંકલ્પ વિકલ્પ કરવાની શક્તિ પ્રગટ થાયછે અને તે માસમાં ગર્ભના શરીરમાં અધિક માંસ અને રુધિરની વૃદ્ધિ થાય છે અને તેથીજ ગર્ભિણીનું શરીર અતિ

૯ દસ્તાનની કોઇખી જાતની અડચણને આતંકનિગ્રહ ગોળીઓજ દુર કરેછે.

દુઝળું થઈ જાયછે. છઠું મહિને પદાર્થોનો નિશ્ચય કરવાની બુધ્ધિ ગર્ભને થાયછે, અને એ માસમાં ગર્ભશરીરમાં બળ અને વર્ણની વૃદ્ધિ અધિક થાય છે. અને તેથીજ તે માસમાં ગર્ભિણીનું શરીર બલવર્ણ રહિત થાયછે. સાતમે મહિને સર્વ અંગ અને પ્રત્યંગ વિભાગ સ્પષ્ટ થાયછે અને ગર્ભના શરીરમાં રહેલા સઘળા પદાર્થો પુષ્ટ થાયછે. આઠમે મહિને ઓજા ધાતુ અસ્થિર થાયછે. આ માસમાં ગર્ભ સાથે સંબંધ રાખનારી નાડીથી, માતા ગર્ભનું અને ગર્ભ માતાનું ઓજા વારંવાર ગ્રહણ કરેછે અને તેથી ગર્ભિણી કોઈ વખતે હર્ષવાળી અને કોઈ વખતે ખેદવાળી થાયછે. આ પ્રમાણે ઓજાની સ્થિરતાના અભાવને લીધે આઠમા માસમાં ગર્ભ અત્યંત પીડાયછે. જો આ માસમાં બાળકનો જન્મ થાય તો તે જીવતું નથી, પરંતુ આઠ માસ પુરા થયા પછી એક દિવસે પણ જન્મેલું બાળક જીવેછે. નવમા, દશમા, અગીઆરમા અથવા બારમા મહિનામાંથી એક મહિનામાં

૧૦ આતંકનિગ્રહ, વનસ્પતિનીજ બનાવટ હોવાથી તે પર કોઈ પણ જાતની પરહેજ રાખવી પડતી નથી.

સ્ત્રી જણેછે. પણ ધણું કરીને તો નવમાની આખર
અને દશમાની શરૂઆતમાંજ પ્રસવ થાયછે.

ગર્ભ ધારણના પહેલા, ખીજ અને ત્રીજ મા-
સમાં મધુર, શીતવીર્ય અને નરમ આહારનો ગર્ભિણી
સ્ત્રીએ ઉપયોગ કરવો જોઈએ. કેટલાએક વૈદ્યશાસ્ત્રી-
ઓનો એવો મત છે કે ત્રીજ માસમાં ફક્ત દૂધ સાથે
સાડી ચોખાજ ખાવા જોઈએ. ચોથા માસમાં દહીં
સાથે, પાંચમામાં દુધ સાથે અને છઠ્ઠા માસમાં ઘી
સાથે સાડી ચોખા ખાવા જોઈએ. સામાન્ય મત
એવો છે કે ચોથે માસે દૂધ અને માંખણથી મળેલું
અનાજ ગર્ભિણીને આપવું, અને છઠ્ઠા માસથી તે
પ્રસવ સૂઝી દૂધ ધીવાળી કાંઈ આપવી જોઈએ.

ગર્ભના સર્વ અવયવોની ઉત્પત્તિ પહેલાં મસ્તક
ઉત્પન્ન થાય છે. કેટલાએકનો એવો મત છે કે મન
અને બુદ્ધિનું સ્થાનક હૃદય પ્રથમ ઉત્પન્ન થાયછે
• વળી કેટલાએક, નાભિ, કેટલાએક, ચેષ્ટા કરવાનાં સાધનો,
હાથ તથા પગ, અને કેટલાએક, શરીરનો મધ્ય ભાગ

૧૧ અશક્તિને લીધે હાથ પગમાં થતી કલતર આત-
કનિગ્રહ ગોળીઓથીજ મટેછે.

પ્રથમ ઉત્પન્ન થાયછે એમ કહેછે. પણ ખરી વાત તો એજ છે કે સર્વ અવયવો સાથેજ ઉત્પન્ન થાય છે. ફક્ત સૂક્ષ્મતાને લીધે તેઓ સ્પષ્ટ જણાતા નથી.

ઉપર આપણે વાંચી ગયા છીએ કે નવમે અને દશમે માસ ધણું ઠરીને પ્રસવ કાળ કહેવાય છે. તે વખતે ગર્ભ સ્થિર થઇ રહેછે. તેથી તેની પુષ્ટિ માટે સ્નેહાદિક ઉત્તમ પદાર્થોનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ, કારણકે તેથી ગર્ભની અભિવૃદ્ધિ થાયછે. ગર્ભની અભિવૃદ્ધિ કરનારાથી વિપરીત પદાર્થોનું સેવન થાય તો ઉદરમાંજ ગર્ભ-નાશ પામેછે અથવા ઘણે દાવસે જન્મેછે. સારા ઉપચારથી સ્નિગ્ધ શરીર અને ખળ-વાળી સગર્ભા સ્ત્રી, ઉપદ્રવ રહિત, સુખેથી પ્રસવ કરી શકે છે. પ્રસવ વખતે ડેટલીએક અખળા સ્ત્રીઓને મૂઠા આવે છે અને મૂઠાથી છોકર જન્મ્યા પછી શું થાય છે તેનું ગર્ભિણીને ભાન રહેતુ નથી. તેથી વખતે ખરાખર પરિણામ આવવાનો સંભવ રહે છે. આ કારણને લઇને અમને આ ઠેકાણે કહેવાની ફરજ પડે છે કે ગર્ભની શરૂઆતથી તે પ્રસવકાળ સુધી “આતંક-

૧૨ શરીર સુખની ચાહના રાખનારાઓએ આતંકાનગ્ર-
હ ગોળીઓનો અવશ્ય ઉપયોગ કરવો જોઇએ.

નિગ્રહ ” દવાનું સેવન કરવામાં આવે તો તેથી ગર્ભનું ઘણી સારી રીતે પોષણ થાયછે, પ્રસવ વખતે કોઈ પણ જાતની અડચણ આવતી નથી, ગર્ભપાતનો ભય રહેતો નથી, અવતરેલ બાળક બળ, વર્ણ અને પરાક્રમવાળું થાયછે અને પ્રસવ વખતે મૂર્છાનો ભય બિલકુલ રહેતો નથી. બાળકે અને ચારચાર માસે વારંવાર થતા ગર્ભપાતને એ આતંકનિગ્રહ ગોળીએ ઘણી વખત અટકાવ્યાછે. જે સ્ત્રીઓને ગર્ભપાત થતો હોય તે સ્ત્રીઓથી પતિએ એકાદ બે વર્ષ દૂર રહેવું જોઈએ. તેથી ગર્ભસ્થાન સારી સ્થિતિમાં આવી જાયછે. ગર્ભ રહ્યા પછી સ્ત્રીએ હમેશા સહર્ષચિત્ત અને પવિત્ર તથા અલંકૃત શરીરથી રહેવું. ઘણું કરી શ્વેત વસ્ત્ર ધારણ કરવાં, સારો પૌષ્ટિક પચે તેવો ખોરાક લેવો, સ્વચ્છ હવામાં હરવું ફરવું, દુષ્ટ ગંધ, ભય ઉત્પન્ન થાય તેવા પદાર્થો તથા તેવી વાતોનો ત્યાગ કરવો. સુકાયેલું, ટાઢું, સડી ગયેલું અને બકાઈ ગયેલું અન્ન ન ખાવું. વળી ધરથી બહાર ગમન, ક્રોધ, ભય, શંકા, ભાર ઉચ્ચકવો તથા ઉંચે સ્વરે બોલવું એટલાં વાનાંનો

૧૩ જીવાન અવસ્થામાં આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનું કરેલું સેવન ઘડપણમાં પણ ઉપયોગી થઈ પડેછે.

ત્યાગ કરવો. વળી ખીજ પણુ ગર્ભને ઉપદ્રવ કરનારા જે જે પદાર્થો જણાય તેનો ત્યાગ કરવો. અતિ ક્રામળ, ઉંચાઈ રહિત, અને શ્વેત સાફ વસ્ત્રથી આચ્છાદિત શયન અને આસનપર સુવુ તથા ખેસવુ.

ગર્ભ રહ્યા પછી નવમે કે દશમે માસે પ્રસવ થાયછે, એ સામાન્ય વાત આપણે વાંચી ગયા. પણ અમુક દિવસે પ્રસવ થાય એપણુ હિસાબથી સિધ્ધ થઈ શકેછે. આ વાત સિધ્ધ કરવા સાર રળે દર્શન બંધ થવાનો છેલ્લો દિવસ છોડી આગલા નવ કે પાછલા ત્રણ મહિના ગણવા અને જે દિવસ આવે તેમાં સાત દિવસ મેળવવા. આ ગણતરી પ્રમાણે જે દિવસ આવે તે પ્રસવ થવાનો સમજવો. અથવા રળેદર્શન બંધ થવાનો છેલ્લો દિવસ છોડી બેઝો એંશી દિવસ ગણવા અને જે દિવસ આવે તે પ્રસવ થવાનો સમજવો. આ પ્રમાણે નક્કી થયેલા દિવસે કે કદાચ એક બે દિવસ આગળ પાછળ સ્ત્રી જણેછે.

પ્રસવ થવા પહેલાં થોડા દિવસ, એટલે નવમે માસે, ગર્ભિણીને સૂતિકાગૃહ (સુવાવડનો ઝોરડો)

૧૪ આતંક નિગ્રહ ગોળીઓ પર હજારો દરદીઓના આશીર્વાદનો વરસાદ પડ્યોછે.

માં દાખલ કરવી. સૂતિકાગૃહ સારી રીતે લીપેલું, જોઈતી સામગ્રીવાળું, ઉગમણા પવન અને દક્ષિણ આરણાવાળું, તથા આડ હાથ લાંબું અને ચાર હાથ પહોળું હોવું જોઈએ. વળી તે ઘરમાં અજવાળું હોવું જોઈએ. તેમજ તેમાં હવાની આવજનવ માટે રસ્તો પણ રાખવો જોઈએ. પરંતુ પવનના ખુબ સપાટા આવે તેમ પણ ન હોવું જોઈએ. તેમાં એક ખાળ પણ જોઈએ. જોઈતી સામગ્રીવાળું એટલે સારાં અને પહોળાં કપડાં, એરંડીયું તેલ, ગિછાનું સાફ રહે તે માટે તેપર પાથરવા કાળું મીણનું કપડું, ગરમ તથા ઠાંડું સ્વચ્છ પાણી, સ્ત્રીને પેટે બાંધવાનો પાટો, સૂતરનો દોરો, કાંઈક ખુદી કાતર, વાદળીનો કટકો (સ્પંજ), લાકડાની કથરોટ, ચણાનો લોટ, સામુ, મીઠું તેલ, કાપૂસ, લુગડાંના કટકા તથા છોકરાંને નાળ કાપ્યાપછી પેટે બાંધવાનો પાટો વિગેરે સાધનો સૂતિકાગૃહમાં તૈયાર રાખવાં જોઈએ.

સ્ત્રી પુરૂષની ઉમ્મર જેમ જેમ વધતી જાયછે

૧૫ આતંકનિગ્રહ ગોળીઓના ઉપયોગથી આરોગ્ય તેમ આયુષ્યમાં પણ વધારો થાયછે.

તેમ તેમ પ્રસવના સમયને નિયમિત મુદત કરતાં વધારે દિવસ લાગતા જાયછે.

પ્રસવ થવાને આઠ દશ દિવસ બાકી હોય ત્યારે સ્ત્રીને અગાઉ કરતાં સારું લાગેછે. તેનું શરીર હલકું પડેછે, કારણ કે અમ્યું નીચે કેડમાં ઉતરેછે. શ્વાસ પણ ખુલાસાથી લેવાયછે, જીવ આનદમાં રહેછે તથા ફરવા હરવાનો ઉમંગ વધેછે. વળી પ્રસવ જલદી થવાનો છે, એ જાણવાનાં બીજાં ધણાં ચિન્હો છે. એટલે જ્યારે ગર્ભિણીનું ઉદર શિથિલ થઈ જાય, સાથજમાં શળ નિકળવા માંડે તથા વારંવાર પાયખાને જવાની અને પેસાખની હાજત તથા બળતરા થાય, ત્યારે પણ એમ સમજાય છે કે હવે પ્રસવ જલદી થશે. વારંવાર પેસાખ તથા બળતરા થવાનું કારણ એ છે કે તે વખત મૂત્રાશયપર દબાણ થાયછે. વખતે સફરા પર દબાણ આવવાથી ઝાડો પણ કબજ થાયછે. ઝાડો કબજ થાય તો પેડુપર ગરમ પાણીનો શેક કરવો તથા ગુદા વાટે એરંડીયાની, અસ્તી

૧૬ આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનું સેવન શરીરના રંગ રૂપમાં અમત્કારિક ફેરફાર કરેછે.

મારવી. સ્ત્રીની જાણવાની તૈયારી થાય ત્યારે કેડમાં તથા વાંસામાં વેદના થાયછે. અને પેસાબ વખતે પ્રસવસ્થાનના મુખમાં કદ આવેછે; અને ત્યારબાદ તેમાં દુખાવો થાયછે, આ સધળાં ચિન્હો થાય તો નક્કી જાણવું કે હવે પ્રસવ થવાની તૈયારી છે. યોનિમાં દુખાવો થવાનું કારણ એ છે કે તેમાં બચ્ચુ હોય છે તેને બહાર કહાડવાને તે સંકોચાય છે અને પહોળી થાય છે. આ વખતે હંડી લાગવા માંડે તો ગર્ભિણીને ચાહ પાવી. ગર્ભસ્થાનમાં દુખાવો થાય ત્યારે સ્ત્રીએ ફરવું હરવું જોઈએ; કારણ કે એમ કરવાથી છુટકારો જલદી તથા સહેલથી થાય છે.

ઉપર પ્રમાણે બધાં ચિન્હો થયા પછી પાણુ પોટલી ફાટીને તેમાંથી પાણી નીકળી જાયછે. પછી શરૂઆતમાં જે અત્યંત દુખાવો હોય તે બદલી જઈ દ્રાઢ પણ વસ્તુ નીચે આવતી હોય એવો દુખાવો થાય છે. ગર્ભસ્થાન નીચે ઉતરવાથી તે ભાગના તંતુઓપર દબાણુ કરેછે, તેથી પગ તથા જાંઘમાં ચુંથારો થાયછે. પણ હરવા ફરવાથી આવો ચુંથારો ઝાઝો

૧૭ બુદ્ધિની વૃદ્ધિ, વીર્યની વૃદ્ધિ ઉપરછે અને વીર્યની વૃદ્ધિ આતકનિગ્રહ ગોળીથી થાયછે.

થતો નથી. પ્રસવ થવો એ કુદરતી નિયમ છે તેટલા માટે તેને સ્વાભાવિક રીતે થવા દેવો જોઈએ, પણ વચમાં નકામું માથું મારવું નહીં. દવાદાર પણ કા-
મેલ વૈદ અથવા ડાક્ટરના હાથથીજ કરાવવાં જોઈએ. પ્રસવ થવાની અગાઉ જે દુખાવો થાયછે તેને અટ-
કાવવો નહીં. કારણ કે એ દુખાવાને લીધેજ ગર્ભ-
સ્થાન તથા ખીજા ભાગો પોહોળા અને પોચા થાય
છે; તેમજ અન્યાંને બહાર આવવાનો સહેલો રસ્તો
મળેછે. પ્રસવ થતાં પહેલાં ગર્ભસ્થાન નીચે ઉતરે
છે, પછી તેનું દાર મોટું થાયછે અને ત્યારબાદ
અન્યું બહાર આવેછે. દાર મોટું થાય તે વખતે
સ્ત્રીએ અવશ્ય હરફર કરવી જોઈએ.

પ્રસવ થવાની તૈયારી જાણાય ત્યારે સ્ત્રીને ઉના
પાણીથી નવરાવી, સારીપેડે બનાવેલી કાંજ કંકે પર્યંત
પાવી, અને પછી ઓશીકાવાળાં, કામળ અને વિસ્તાર
યુક્ત શયનપર બેઠેલી તે સ્ત્રીની પાંડીઓને સાથે સંગ્રંધ
કરાવી, ચતી સુવાડી, નિર્ભય મનવાળી, હિરાવેલા
૧૮ આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ અને શક્તિ એ બે સા-
હેલીઓનો કરી વિયોગ થતો નથી.

હાથના નખવાળી અને જણાવવામાં કુશળ ચાર
૪૬ સ્ત્રીઓને જણાવવાનું કામ સોંપવું.

ફ્રાન્સમાં સ્ત્રીઓ ચતી સુધને જણેછે, ખીજા
કેટલાએક દેશોમાં ઉભી ઉભી જણેછે, કોઈ દેશમાં
પોતાના ઘુંટણપર ટેકાને તથા કોઈ દેશમાં ખુરશીપર
બેસીને જણેછે. લંડનની સ્ત્રીઓ ડાખા પાસાપર
સુધને પ્રસવ કરેછે.

ગર્ભિણીને નવમો મહિનો બેસે અને સૂતિકા-
ગૃહમાં લઈ જવામાં આવે, તે વખતથીજ તેને સૂયા-
ણી સાથે મિત્રાચારી કરાવવી જોઈએ, કારણ કે
સૂયાણીને પ્રસવ વખતે બોલાવવાથી લજ્જતને લીધે
સ્ત્રી મનમાં સંકોચાયછે. સૂયાણીએ જણનારી સ્ત્રીના
ગર્ભ માર્ગને પ્રસવ સ્થાનમાં મુખ તરફ હાથ જાય તેમ
તેણીથી ચોળીને પછી ગર્ભની આસપાસ રહેલો નાડીનો
બંધ છુટે અને કેડનો પાછલો ભાગ, બરડો, બસ્તી
તથા મસ્તકમાં વેદના દેખાય ત્યારે હળવે હળવે ચોળવું
અને ગર્ભ મુખમાં આવે ત્યારે તેથી પણ વધારે ચોળવું.

૧૯ તાકાદ આપવામાં તે આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ
એક અજખ ઉપાયછે.

આ ક્રિયા ગર્ભ ખહાર આવે ત્યાં સુધી કરવાની છે. વખતવિના ગર્ભને પ્રવાહમાં લેવાથી તે બેહેરો, મુગો, મસ્તકની પીડાવાળો, કાસ, શ્વાસ અને શોષથી પીડિત તથા દુઃખો થાય છે.

પ્રસૂતિ વખતે સૂતિકા ગૃહમાં ઉપર કહેલી ચાર મહાણી સિવાય બીજી વિશેષ સ્ત્રીઓએ રહેવું નેહએ નહિ. કારણ કે તે વખતે આસપાસની લાગતીવળગતી ઘણી સ્ત્રીઓ એકઠી થઈ પરસ્પર કાનોમાં ઘુસઘુસવાતો કરી ઘોંઘાટ મચાવી મૂકેછે. વળી કાંઈ મૂર્ખ સ્ત્રી સગર્ભા સ્ત્રીની દયા આણી બોલેછે કે આઠ ફલાણી સ્ત્રી તો જાણીને ઢળી પડી, આને પરમેશ્વર ખેર કરે. આ પ્રમાણે વાતો થવાથી સુવાવડીનો જીવ ચિંતાતુર થાય છે, અને વખતે ખરાબ પરિણામ આવેછે. માટે તેમ બિલકુલ થવું ન જોઈએ. સુવાવડનું બીજાનું ઝોલ ન પડે તેવું સીધું હોવું જોઈએ. ઝોળ પડે તેવું હોય તો સ્ત્રીને સુખ થવું નથી. ખાટલાની આસપાસ પડદા

૨૦ આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ સ્ત્રીઓના ગર્ભાશય સુધારેછે.

ખાંધવાથી પણ હવાનો પ્રતિબંધ થાયછે. એક
ચાદર ખાટજાના પાયા જોડે ખાંધી જણનારી સ્ત્રીના
હાથમાં આપવી એટલે તેને કરાંજવામાં મદદ મળેછે.
ગર્ભ જેમજેમ નજીક આવતો જાય તેમ તેમ સ્ત્રીએ
વધારે કરાંજવું જોઈએ, જેથી ગર્ભ સહેલાઈથી
બહાર નીકળી શકેછે. ગર્ભનું માથું જનનેદ્રિયના
મોહોડામાં આવે કે તરતજ સ્ત્રીએ યુક્તિથી ડાબી
ખાજીએ સુવું. માથું બહાર દેખાય કે તરત તેને
જમણા હાથની હથેળીપર લેવું, પણ જોરથી દા-
બવું નહી. જેમ જેમ ખાંધ અને શરીર બહાર
આવતું જાય તેમ તેમ તે માથું સચાણીએ હળવે
હળવે પોતાના તરફ લેવું. માથું બહાર આવે કે
ખીજ સ્ત્રીએ સ્ત્રીના પેટપર હાથવડે જોરથી દબાણ
કરવું અને જેમ જેમ તે છોકરાંને ગતિ મળતી જાય
તેમ તેમ દબાણ પણ નીચે ઉતારતાં જવું. અને
છેવટ પાટો ખંધાય ત્યાંસુધી એ હાથનું દબાણ કાઢી
લેવું નહિ જોઈએ. છોકરાંનું ફક્ત ડોકુંજ બહાર આ-

૨૧ આતંકનિઘ્રક ગોળીઓના સેવનથી આયુષ્ય અને
આરોગ્ય ઓ બન્ને જાળવી શકાયછે.

બુદ્ધિ જણાય તો હજીવેથી તેની કાખમાં આંગળી ધાત્રી ધણી સંભાળથી તેના શરીરને બહાર કાઢી લેવું. આ કામમાં જો જરા ગફલત થઈ તો બચ્ચાને ફાંસો આવી જાય છે. છોકરું જન્મે કે તરત એક સ્ત્રીએ તે છોકરાંની અને બીજી સ્ત્રીએ સુવાવડીની માવજત કરવા માંડવી. છોકરાંનાં શરીરપર ઠંડુ પાણી નાખવું. અને તેના ગળામાં રહેલો ચીકણો પદાર્થ કાઢી નાખવો. વખતે કાંઈ છોકરાંની આસપાસ કંઈ પડ જવું હોય, તો તેને પણ નાખથી ફાંસી નાખવું. અને જો તરત તેમ કરવામાં ન આવે તો છોકરું મરણ પામે છે.

છોકરું જન્મે કે તરત શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવા માંડે છે અને રહે છે. તેના શ્વાસોચ્છ્વાસ બરોબર ચાલે ત્યારે દુર્ગીથી આશરે બે ઈંચ છેટે સુતરનો તૈયાર રાખેલો દારો ચોગણો અથવા છગણો કરી નાળને બાંધવો. વળી તેથી પણ ચાર આંગળને છેટે બીજો

૨૨. ખરું પુરુષપણું મેળવવાને આતંકનિગ્રહ જોગી-
ઓનો અવશ્ય ઉપયોગ કરવો જોઈએ; કારણ કે
જો અમૃતરૂપ ઔષધ છે.

દોરો બાંધવો અને તે બન્ને બંધનની વચમાંથી નાળ કાપવું. આ પ્રમાણે નાળ કપાયાથી રક્તસ્ત્રાવ થશે નહિ. નાળ કાપ્યા પછી ઓળ સાથે વળગેલો કટકો એક બીજી સ્ત્રીએ મજબુત પકડી રાખવો; નહિ તો નાળનો કટકો પાછો અંદર જતો રહેશે. બાળક અવતર્યા પછી જો તે ન રડે, તો ચીમટી દધને રડાવવું જોઈએ, કે જેથી શ્વાસપ્રશ્વાસ ખુલ્લી રીતે શરૂ થાય. જો બચ્ચુ રડે નહિ અને મરી ગયા માફક માલુમ પડે, તો ઢગરાપર અથવા પીડપર હથેલી વતી અથવા આંગળાથી પ્રહાર કરવા અથવા જરા એમોન્યા સુંઘાડવું, અથવા કાપુસ તેલમાં બોળી તેનો ધુમાડો બાળકના નાકની અંદર જાય તેમ કરવું. કેટલાએક તે વખત ખડની સાવેણી બાળી ધુમાડો આપેછે. એમ છતાં પણ શ્વાસ ચાલુ ન થાય તો બાળકને ગરમ પાણીમાં બોળવું.

ઉપર નાળ કાપવાની વાત લખી ગયા. તેમાં નાળવાની અંદર જ્યાં સુધી નાડી ચાલતી હોય ત્યાં

૨૩. અતિ જુના પ્રમેદને મટાડવામાં આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ એ એકજ ઈલાજ છે.

સૂધી તેને બાંધવું નહિ, પણ નાડી બધ પડે કે તરત તેને ઉપર જામ્યા મુજબ બે બાજુએથી દોરીવતી મજબુત બાંધી વચ્ચેથી કાતર વતી કાપી નાખવું. તેથી પણ શ્વાસ ચાલુ થાયછે. શ્વાસ ચાલુ કરવા માટે ગરમ પાણીમાં ઝમોળવાની ક્રિયા નાળવું કાપ્યા પછી કરવી.

ઉપર પ્રમાણે સઘળી ક્રિયા થઈ રહ્યા પછી છોકરાંના શરીર ઉપરનો ચીકણો પદાર્થ, સાબુ, ચણાનો લોટ અથવા એવા બીજા પદાર્થથી, ધીમે હાથે ચોળી, બાલ તે સહેજ સાજ ગરમ પાણીથી નવરાવવું. પ્રથમ તૈયાર રાખેલી કચરોટમાં બાળકને ગળાં સુધી પહોંચે એટલું પાણી નાખવું, પછી વાદળી કે બીજા કોઈ સુંવાળા લુગડાંનાં કટકાથી બાળકના શરીરને ઘોવું. તેના નાક, કાન કે મોઢામાં પાણી ન જાય તેની સંભાળ રાખવી. નવરાવ્યા પછી તેનું શરીર સાફ કપડાથી લુછી નાખવું, અને કોઈ પણ ઠંડાણે જરા પણ બીનાશ રહેવા દેવી નહીં. પછી બાળકને શરીરે

૨૪. શક્તિ અને પુષ્ટિને માટે કઈ દવાનું સેવન કરવું?
આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનું.

મીઠું તેલ લગાડવું. આ સધળાં ક્રિયા થઈ રહ્યા
આદ કાપેલી નાળપર ફરતુ સ્વચ્છ સુવાળું કપડું લ-
પેટી છોકરાને પેટે પાટો આંધવો. લુગડાંનો જે ભાગ
નાળને અડતો હોય તે ભાગને મીઠું તેલ લગાડવું.
આ પ્રમાણે કરવાથી એકાદ બે દિવસમાં નાળ ખરી
પડશે અને દુડી ઉપર જે લોહી નીકળતું હોય તો રૂ
આળી તેની રાખને ઉપર દબાવવી. જન્મ્યા પછી બા-
ળકને બે ત્રણ દિવસ સૂધી ફક્ત ગળથુથી ઉપરજ
રાખવું, ધવરાવવું નહિ. સુવાવડી સ્ત્રીને પણ બે ત્રણ
દિવસે ધાવણ આવેછે. અને તે ધાવણમાં ચેચક ગુણ
રહેલોછે, તેથી બાળકની મળ શુદ્ધિ થાયછે. કદાચ
તેમ ન થાય તો થોડું એરડીયું અને મધ સાથે મેળવી
ચરાડવું.

છોકરું જન્મે કે તરત સ્ત્રીને ચત્તી સુવાડી પેટ-
પરનો ભાગ સારી રીતે દબાવવો. ઓળ બહાર પડ્યા
પછીજ અને સુવાવડીને પાટો આંધ્યા પછીજ આ હા-

૨૫ લોહી સુધારવાને તથા યાદદાસ્ત વધારવાને કઈ
દવા મહણ કરવી જોઈએ? આતંકનિમ્બ
ગોળીઓ !

થનો કાબૂ દૂર કરવો. ઘણું કરી પ્રસૂત થયા પછી સ્ત્રીને પાંચ દશ મિનિટે ઓળ પડે છે. જો તે જલદી બહાર ન પડે તો હળવે હળવે દાખીને હાથ ફેરવતા જવો, એટલે ઓળ બહાર આવશે. ગર્ભાશયથી છુટી પડેલી ઓળ તપાસવા સારૂ ઈંદ્રીના દ્વારની નાળ પકડી જરા ખેંચવી, અને જો તે છુટી પડી હશે તો તરત બહાર આવશે. પણ ફક્ત નાળ ખેંચીનેજ ઓળ બહાર કઢાડવાને પ્રયત્ન કરવો એ બહુ નુકસાનકારક છે. ઓળ બહાર પડ્યા પછી સ્ત્રીના બગડેલા બાગો ગરમ પાણીથી લુછી નાખવા, સ્ત્રીને ગરમ કપડાં તથા ગરમ મોજાં પહેરાવવાં અને તેને સ્વસ્થ ઊંઘ આવવા દેવી. શરદી કે ખરાબ હવા ન લાગવા માટે તેના ઓરડામાં દેવતાની સગડી રાખવી. આપણા દેશમાં ફેટલેક દેકાણે ખાટલા નીચે સેક નાખવામાં આવે છે. સુવાવડને માટે ખાસ તૈયાર રાખેલા પથરાઓથી પેટ ઉપર શેક લેવો એ પણ

૨૬. જોઓને લંમેશ અતિ મેહનત કરવાનું કામ હોય તેઓએ તો આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનો અવશ્ય આશ્રય લેવો જોઈએ.

ફાયદાકર્તી છે. સુવાવડી સ્ત્રીને હલકો અને પચી શકે તેવો સારો પૌષ્ટિક ખોરાક આપ્યા કરવો. દુધ ન આપવાનો રીવાજ કેવળ વહેમ ભરેલો છે. સુવાવડી સ્ત્રીને કમતીમાં કમતી દશ દિવસ સુધી ગરમ કરેલાં પાણીમાં વાવડીંગ નાખી તે દારીને પીવા માટે આપવું. તેને ઓછામાં ઓછા ચાર દિવસ સુધી તો ઊડવા દેવીજ નહિ, અને પાંચથી દશ દિવસ સુધી ઝાંડો કે પેસાળની અગત્યની બાબત માટેજ ઊડવા દેવી.

પ્રસૂતિકાળમાં વેદના દૂર કરવાને ક્લોરોફોર્મ જેવી બીજી કોઈ દવા નથી. પણ તે દવાનો ઉપયોગ ડાક્ટરની સલાહ વિના કદી પણ કરવો નહિ. પ્રસૂતિ થયા બાદ સ્ત્રીને જરા ઠંડી લાગી તાવ આવેછે, પણ તે પાછો તુરત જતો રહેછે. કદાચ તાવ ઝાઝો વખત ચાલુ રહે તો તેનો ઇલાજ

૨૭. જેઓ બીજાકુલ મહેનત ન કરતાં આળસુની માફક પડી રહેછે તેઓએ પણ પોતાની પાત્રન શક્તિ વધારવા આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનું સેવન કરવું જોઈએ.

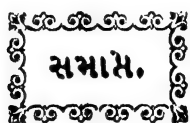
કરવો જોઈએ. સુવાવડીના શરીરનું વજન પહેલાં અડવાડિયામાં નવ દશ પાઉન્ડ થયે છે. પ્રસવ થયા પછી અડતાળીસ કલાકની અંદર ધાવણ શરૂ થાય છે, અને તે વખતે પણ તાવ આવે છે. પ્રસવ થયા પછી ગર્ભસ્થાન એક મહિના પછી ખરોખર સંકોચાય છે. તોપણ જુવાનીમાં જેટલું મજબુત અને સક્રિય હોય છે તેટલું પછી હોતું નથી. પહેલાં સાત આઠ દિવસ ગર્ભસ્થાન પેડુમાં માલુમ પડે છે, પણ બીજા અડવાડિયામાં માલુમ પડતું નથી. પ્રસવ થયા પછી ગર્ભસ્થાન દોઢ પાઉન્ડ વજનનું હોય છે અને સાડાસાત ઈંચ લાંબું હોય છે. એક પખવાડિયામાં તેનું વજન પોણા પાઉન્ડ થાય છે અને લંબાઈ પાંચ ઈંચ થી જાય છે. એક મહિના સુધી યોનિમાંથી પ્રદર ઝર્યા કરે છે. પહેલા ચાર દિવસ પ્રદર રાતું હોય છે, ત્યારબાદ લીલું અને આખરે ધ્વેત થાય છે. આ પ્રમાણે ગર્ભસ્થાનમાં જેટલો દુર્ગંધ ભાગ રહેલો હોય છે તેટલો એક મહિનામાં બહાર નિકળી જાય છે.

૨૮. ગયેલ શક્તિ ફરીથી લાવવામાં આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ અતિ ઉપયોગી છે.

સુવાવડમાં જરૂરના કારણ શિવાય કોઈ પણ જાતની ઔપધી આપવાની જરૂર નથી. આપણા દેશમાં કેટલીક ઔપધીના ક્વાથ આપવામાં આવેછે; પણ વિના કારણ ક્વાથ આપવા એ ચાલુ પડેલા રીવાજ શિવાય ખીન્નું કંઈ નથી.

કેટલીક સ્ત્રીઓ પ્રસવ પછી કેટલીક જાતની દવાની પોટલી પહેરેછે, પણ પ્રસવ વખતે વિસ્તૃત થ-ભાગ અસુક વખતે પાછો સંકુચિત થાયછે, માટે તેવી પોટલી પહેરવી એ કેવલ વ્યર્થ છે.

સુવાવડ પછી તાવ, ઉધરસ, વિગેરે જે કાંઈ ઉપદ્રવ જણાય તેને માટે દેશી વૈદ્યો ખાસ સુવાવડનો ક્વાથ તૈયાર રાખે છે તે આપવો. એ ક્વાથ ખરેખર સુવાવડના દરદોને માટે ચમત્કારિક છે.



૨૫. શરીરને દુરતીમાં રાખવાને આતંકનિગ્રહ ગો-ળીઓ અતિ ઉત્તમ ઉપાયછે.

Competitors admit that *Vatcha Bros.' Cycles* contain features that cannot be equalled in other machines.

The Press asserts that *Vatcha Bros.' Cycles* are the best and most popular machines that ever came to India.

The Experienced Rider finds them unequalled in price, durability, ease of running and general excellence.

The Champion says : " Messrs. *Vatcha Bros.* are always to the fore in bicycle matters. We would strongly recommend him who is desirous of purchasing a bicycle to call first upon Messrs. *Vatcha Brothers.*"

Everybody declares that *Vatcha Bros.' goods* are *par excellence*, and prices, the fair. No shop-soiled or clearance goods.

By the way, have you seen the latest edition of *Cyclists' Handbook* (103 illustrations) ? You can have it by sending only one Anna to—

**Messrs. VATCHA BROTHERS,
620, CIRCAUM ROAD, BOMBAY.**

એક અતિ સુંદર ભેટ.

સૌંદર્ય દેવતા

મોહિની.

શ્રી રવિવર્માના હાથથી હમણાંજ બહાર પડેલ મોહિની ચિત્ર આજ વિસ સુધીમાં તેના હાથથી તૈયાર થએલાં સઘળાં ચિત્રોમાં સૌથી મોટું તથા સૌથી શ્રેષ્ઠ છે એ ચિત્રનો અમોઝે કોપી રાઇટ રાખેલો છે તેની લંબાઇ પોળાઇ ૩૬x૨૪ ઇંચની છે તેની કિંમત ૩૦ ૬ છ રાખવામાં આવી છે પણ અમારાં ઔપધા-લયમાંથી કોઇએ કોઇ પણ વખત કાંઇ પણ ઔપધ મંગાવ્યું હોય અથવા હવે ને કોઇ મંગાવે તેને તે અરંધી કિંમતે અટકે ત્રણ રૂપીએ આપવા દરાવ કરેલો છે અથવા હવે ને કોઇ અમારાં મુક્તા વગેરે પુસ્તકોમાંથી કે આતંકનિગ્રહ વગેરે ઔપધોમાંથી

રૂપીઆ ચારની કિંમતનો માદ્ર એકી વખતે સાથે
મગાવનારને ઉપહુ અતિ સુંદર પિકચર બેટ આ-
પવામાં આવે છે.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણીશંકર ગોવિંદજી,

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

હુડ ઓફીસ—જામનગર, કાઠીઆવાડ.

બ્રેચ નં ૦ ૧—મુંબઈ, કાલકાદેવી રોડ.

બ્રેચ નં ૦ ૨—કલકત્તા, હેરિસન રોડ.

શક્તિની ગોલીઓ.

આતંક નિગ્રહ.

કિંમત ગોલી ૩૨ ની ડબ્બી ૧ નો રૂ ૧.

આતંકનિગ્રહ ગોલીઓ તદ્દન વનસ્પતિમાં-
થીજ બનાવવામાં આવે છે તે બગડેલાં વીર્યને શુદ્ધ
કરે છે, નપુંસકપણાને મટાડે છે, સંસાર સુખ ભો-

ગવવાને નળા યએલા પુરોને બળવાન બનાવે
છે, ગુમ થએલી યાદ શક્તિને તાજી કરે છે, જ્ઞાનતત્ત્વને
મજબુત કરેછે, પેટ સાફ લાવે છે, જીવાન વયમાં
થએલી બદેશીથી ગએલી તાઝાદ માછી બાવેછે,
દસ્તાનની કાઠપણુ જાતની અડચણુને દૂર કરેછે તથા
ધાતુ શયથી થએલી ક્ષીણતાનો નાશ કરેછે તે શુદ્ધ
વનસ્પતિમાંથીજ બનાવેલી હોવાથી તે પર કાઠ પણુ
જાતની પરેજી રાખવી પડતી નથી. આ ગોલીઓપર
મે, સુંબાર દરદીઓના આશીર્વાદનો વર્સાદ ચાલુ
પડ્યો કરે છે.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણીશંકર ગોવિંદજી.

આતંકનિમિત્ત ઔષધાત્રય.

હેડ ઓફીસ—જામનગર, કાઠીઆવાડ.

બ્રચ નં ૧—મુંબઇ, કાબ્રકાદેવી રોડ.

બ્રચ નં ૨—કલકત્તા, હેરીસન રોડ.

આ જમાનાની નવાઇ

ફેનોગ્રાફ તથા ટ્રેફોફોન.

એ ફેનોગ્રાફમાં જેખી કંઈ બોલ્યે, ગાઇયે અથવા વગ્ગડ્યે તે પાછું આબેહુબ તેવાજ અવાજમાં સંભળાયછે. આપણાં નાનાં બુલકાં પોતાની મંદુર અને રમુજી બાપામાં જે બોલે તે, તેમજ આપણા બુજરગોની શીખામણુ, અવાજ ઇં વંશપરંપરા ખુદ તેમનાજ સાદમાં એમાં જલવી રાખી શકાય છે અને જ્યારે મરજી પડે ત્યારે તે પાછાં સાંભળી શકાયછે. એ ફેનોગ્રાફ તથા ટ્રેફોફોન મુંબઈવાળાં શેરીયાર અસપંદીઆર ખુદ પોતે અમેરીકાથી કાઢ્યા છે, અને તેથી આખી મુંબઈમાં સર્વેથી સસ્તા વેચે છે. દાવીનીંગ પાટી, લગનસરા ઇં માં એ ઘણુંજ આવકારદાયક રગુજનું સાધન છે. એડીસનના મોટા “એમ” ફેનોગ્રાફ, હોમ ફેનોગ્રાફ, તથા મોટા ટ્રેફોફોન વગેરેનું કેટલગ મંગાવ્યાથી તુરત મોકલવામાં આવશે.

નાના ટ્રેફોફોન, ગુજરાતી અથવા હિંદુસ્તાની સીલંડર સરસામન સાથે કમપ્લીટ રૂ. ૭૫

શેરીયાર અસપંદીઆર,
કાલબાદેવી રોડ, મુંબઈ.

